

4月 給食献立表

令和6年

後・完了期

日	曜	昼食	3時	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	(その他の食品)
1	月	ごはん たらの照り焼き 切干大根の煮物 すまし汁	小豆団子 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・ソフト豆腐 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・車糖 冷凍グリーンピース・白玉粉 上新粉・ゆで小豆パウチ	切干しいたけ・にんじん 乾しいたけ・たまねぎ	こいくちしょうゆ・清酒 食塩 かつお・昆布だし
2	火	ごはん 麻婆豆腐 和え物 スープ	ケーキ 牛乳(完了) ミルク(後期)	鶏ミンチ(後期)・赤みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・絞豆腐 顆粒コンソメ・車糖・ごま油 麩・ホットケーキミックス 合挽ミンチ(完了)	たまねぎ・にんじん・生しいたけ 青ピーマン・こまつな・キャベツ がなしめじ・カットわかめ	こいくちしょうゆ・清酒 食塩
3	水	ごはん 牛肉の時雨煮(完了) 鶏ミンチの時雨煮(後期) きゅうりのおかか和え みそ汁	ソフトクッキー 牛乳(完了) ミルク(後期)	かつお節 ソフト豆腐・淡色辛みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	米・冷凍いんげん 車糖・ホットケーキミックス 牛肉(完了)	たまねぎ・にんじん・がなしめじ きゅうり・りよくとうもやし	清酒・こいくちしょうゆ かつお・昆布だし 煮干しだし
4	木	ごはん たらのマヨドレ焼き ひじき煮 みそ汁	蒸しパン 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・淡色辛みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・マヨドレ・乾燥ひじき 車糖・薄力粉・調合油	たまねぎ・にんじん・乾しいたけ グリーンピース・西洋かぼちゃ がなしめじ	清酒・食塩 こいくちしょうゆ ベーキングパウダー 煮干しだし かつお・昆布だし
5	金	イエローロール(完了) ごはん(後期) ポークビーンズ サラダ 煮りんご 牛乳(完了) ミルク(後期)	五平餅おやき お茶	豚もも(完了) 普通牛乳(完了)・赤みそ 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	イエローロール(完了) じゃがいも・大豆水煮 顆粒コンソメ・冷凍コーン 調合油・車糖・たけや味噌 すりごま 米(後期・完了)	たまねぎ・にんじん・がなしめじ トマトホール缶・キャベツ りんご きゅうり	清酒・トマトビュレ ケチャップ・食塩・穀物酢 番茶
6	土	入園式(弁当日)	自然素材のお菓子 お茶		自然素材のお菓子		番茶
8	月	ごはん まだらの西京焼き おかか和え すまし汁	じゃがもちくん 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・かつお節 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・車糖・白味噌・麩 じゃがいも・かたくり粉	キャベツ・大根・きゅうり にんじん・カットわかめ・たまねぎ	清酒・こいくちしょうゆ 食塩 かつお・昆布だし
9	火	ごはん チンジャオロース ごま和え スープ	バナナケーキ 牛乳(完了) ミルク(後期)	赤みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	米・かたくり粉・車糖 顆粒コンソメ・いりごま 冷凍コーン ホットケーキミックス 牛肉(完了)	たまねぎ・青ピーマン・にんじん まいたけ・キャベツ・きゅうり カットわかめ・りよくとうもやし バナナ	こいくちしょうゆ・食塩
10	水	ごはん 豚大根の煮物(完了) 鶏ミンチの煮物(後期) きざみのり和え みそ汁	みかんゼリー 牛乳(完了) ミルク(後期)	豚もも(完了) 淡色辛みそ 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了) 鶏ミンチ(後期)	米・冷凍いんげん・車糖 麩	大根・にんじん・キャベツ りよくとうもやし キザミノリ・はくさい 寒天	清酒・こいくちしょうゆ みかん缶 かつお・昆布だし 煮干しだし
11	木	ごはん たらの磯焼き 大豆サラダ みそ汁	一口ドーナツ 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・淡色辛みそ ソフト豆腐 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了)	米・大豆水煮・マヨドレ さつまいも ホットケーキミックス 調合油	あおりのり・キャベツ・きゅうり にんじん・たまねぎ	清酒・食塩・ケチャップ 煮干しだし
12	金	ドッグパン(完了) ごはん(後期) ポトフ 春雨サラダ 種なしブルー 牛乳(完了) ミルク(後期)	わかめおにぎり お茶	鶏もも(完了) 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	じゃがいも 顆粒コンソメ・普通はるさめ マヨドレ・わかめふりかけ ドッグパン(完了) 米(後期・完了)	たまねぎ・にんじん・がなしめじ ブロッコリー・きゅうり 種無しブルー	食塩・穀物酢・番茶
13	土	中華風おこわ みそ汁	自然素材のお菓子 お茶	鶏ミンチ(後期・完了) 淡色辛みそ	米・車糖・顆粒コンソメ ごま油・自然素材のお菓子 もち米	にんじん・乾しいたけ・しょうが 大根・カットわかめ	こいくちしょうゆ・番茶 煮干しだし
15	月	ごはん 煮魚 ひじきサラダ みそ汁	きなこ団子 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・ソフト豆腐 淡色辛みそ・きな粉 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・車糖・乾燥ひじき 冷凍コーン・ごま油 白玉粉・上新粉	しょうが・きゅうり・キャベツ にんじん・たまねぎ	こいくちしょうゆ・清酒 穀物酢・煮干しだし
16	火	ごはん 豚肉の生姜焼き(完了) 鶏ミンチの生姜焼き(後期) ゆかり和え みそ汁	りんごケーキ 牛乳(完了) ミルク(後期)	豚もも(完了) 淡色辛みそ 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期) 普通牛乳(完了)	米・冷凍いんげん・いりごま 車糖・じゃがいも ホットケーキミックス	たまねぎ・にんじん・まいたけ りんご・しょうが・はくさい・きゅうり ゆかりふりかけ・カットわかめ	こいくちしょうゆ 煮干しだし
17	水	カレーライス さわやかサラダ 種なしブルー	ソフトクッキー 牛乳(完了) ミルク(後期)	鶏ミンチ(後期) 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了)	米・牛肉(完了)・じゃがいも ブイヨン・かたくり粉 調合油 ホットケーキミックス	たまねぎ・にんじん・がなしめじ キャベツ・きゅうり 種無しブルー	ケチャップ・カレー粉 中濃ソース・食塩 みかん缶・穀物酢
18	木	ごはん たらの味噌焼き 酢の物 すまし汁	小豆寒天 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・こしあん 粉ミルク(後期) 普通牛乳(完了)	米・たけや味噌・車糖	しょうが・きゅうり・にんじん カットわかめ・ほうれんそう たまねぎ・えのきたけ・寒天	清酒・穀物酢 こいくちしょうゆ・食塩 かつお・昆布だし
19	金	食パン(完了) ごはん(後期) 牛肉のトマト煮込み(完了) 鶏ミンチのトマト煮込み(後期) ツナサラダ 牛乳(完了) ミルク(後期)	菜めしおにぎり お茶	鶏ミンチ(後期) ソノイルツナ缶 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	食パン(完了) じゃがいも・顆粒コンソメ マヨドレ・菜飯ふりかけ 米(後期・完了) 牛肉(完了)	たまねぎ・にんじん・がなしめじ ブロッコリー・トマトホール缶 きゅうり・キャベツ	清酒・トマトビュレ ケチャップ・食塩・穀物酢 番茶
20	土	豆腐丼 みそ汁	自然素材のお菓子 お茶	ソフト豆腐・淡色辛みそ	米・車糖・かたくり粉 自然素材のお菓子	たまねぎ・にんじん・カットわかめ	こいくちしょうゆ 番茶・煮干しだし かつお・昆布だし
22	月	ごはん たらの塩焼き きざみのり和え みそ汁	レーズン蒸しパン 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・淡色辛みそ 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・車糖・さつまいも 薄力粉・調合油	はくさい・キャベツ・にんじん キザミノリ・カットわかめ 干しぶどう	清酒・食塩・こいくちしょうゆ ベーキングパウダー 煮干しだし
23	火	ごはん 鶏の照り焼き(完了) 鶏ミンチの照り焼き(後期) ナムル スープ	みたらし団子 牛乳(完了) ミルク(後期)	鶏もも(完了) ソフト豆腐・普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	米・車糖・いりごま・ごま油 顆粒コンソメ・白玉粉 上新粉・かたくり粉	しょうが・ほうれんそう りよくとうもやし・にんじん たまねぎ	こいくちしょうゆ・清酒・食塩
24	水	牛丼(完了) 鶏ミンチ丼(後期) みそ汁	ソフト黒ゴマクッキー 牛乳(完了) ミルク(後期)	鶏ミンチ(後期) 淡色辛みそ・普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・牛肉(完了)・車糖 ホットケーキミックス いりごま・すりごま	たまねぎ・にんじん・乾しいたけ はくさい・カットわかめ えのきたけ	こいくちしょうゆ・清酒 かつお・昆布だし 煮干しだし
25	木	ごはん たらのカレー風味焼き ごま和え すまし汁	蒸しポテト 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・ソフト豆腐 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・車糖・白味噌・いりごま じゃがいも	しょうが・キャベツ・きゅうり にんじん・たまねぎ	清酒・カレー粉 こいくちしょうゆ・食塩 かつお・昆布だし
26	金	ハニーロール(完了) お誕生会 ごはん(後期) ミートローフ ブロッコリーのおかか和え スープ 牛乳(完了) ミルク(後期)	ゆかりおにぎり お茶	かつお節 普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期) 鶏ミンチ(後期)	ハニーロール(完了) 乾燥ひじき 絞豆腐・顆粒コンソメ 車糖・冷凍コーン 合挽ミンチ(完了) 米(後期・完了)	たまねぎ・ミックスベジタブル ブロッコリー・カットわかめ キャベツ・ゆかりふりかけ	食塩・ケチャップ 中濃ソース こいくちしょうゆ・番茶
27	土	炊き込みご飯 みそ汁	自然素材のお菓子 お茶	鶏ミンチ(後期・完了) 淡色辛みそ	米・車糖 自然素材のお菓子	にんじん・がなしめじ・たまねぎ	こいくちしょうゆ・食塩 清酒・煮干しだし・番茶 かつお・昆布だし
29	月	昭和の日 (休園日)					
30	火	ごはん たらの照り焼き 酢の物 みそ汁	コーン蒸しパン 牛乳(完了) ミルク(後期)	まだら・ソフト豆腐 淡色辛みそ・普通牛乳(完了) 粉ミルク(後期)	米・車糖・薄力粉・調合油 冷凍コーン	しょうが・きゅうり・にんじん りよくとうもやし・カットわかめ がなしめじ	こいくちしょうゆ・清酒 穀物酢・食塩 ベーキングパウダー 煮干しだし

☆ 今月の平均給食と栄養量 ☆

エネルギー	たんぱく質	脂肪	炭水化物	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食塩相当量
413 kcal	17.8 g	11.8 g	61.8 g	185 mg	1.8 mg	156 µg	0.34 mg	0.29 mg	25 mg	1.5 g

・材料入荷の都合により変更する場合があります。
 ・牛乳は100ccを飲んでいただきます。
 ・ホットケーキミックスは卵・乳製品不使用のものを使用しています。
 ・B.Pとはベーキングパウダー(アルミ不使用)のことです。